إبراهيم النعمة

العلاج النفسي

في القرآن الكريم

المأمون
دار المأمون للنشر والتوزيع



العبدلي - عمارة جوهرة القدس
تلفاكس: ٤٦٤٥٧٥٧
ص.ب: ٩٢٧٨٠٢ عمان ١١١٩٠ الأردن
E-mail: daralmamoun@hotmail.com
www.almamoun-jo.com

العلاج النفسي

في القرآن الكريم


بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمـة

الحمـد لله حمـداً يبلغنـي رضـاه والصـلاة والسـلام علــى عبــده ورســوله محمــد، و علــى آلــه الطيبــين، وصحبه المخلصين، ومن اتبع هداه إلى يوم الدين.

أما بعد:

فـإن التقـدم الحضـاري فـي كـل جانـب مـن جوانـب الحياة في العالم خطا خطوات واسعة، فخلـص الإنسـان من كثير مما كـان يعانيـه مـن الإرهـاق البـدني والتعـب والنصـب.. ولكن هذا العلم لم يتمكن إلى يوم الناس هذا مــن أن يخلــص الإنســان ممــا يعانيــه مــن (التيــه) و (الضـياع) و (الشـقاء) والأمـراض النفسـية التــي كثـر صرعاها، وازدادت زيادة مذهلة – وبخاصة في قرننـا العشـرين – ولقـد فتش النـاس عن الـدواء النـاجع الـذي يستأصل الداء أو يقلل من صرعاه على أقل تقدير فلم يجدوه، على الرغم من التقدم الحضـاري الـذي ضـرب إطنابه في كل جانب من جوانب الحياة.

وهذا البحث المتواضع يتحدث في (العـلاج النفسـي في القرآن الكريم) الذي غفـل عنـه الكثيـر مـن البـاحثين والعلمـاء النفسـيين. وقـد اتجـه بعـض مـن علمـاء الطـب الحديث إلى الاهتمـام بـه، بعد أن أخفـق الطـب الحـديث ووقـف عاجزاً أمام ذلك الداء العضـال الذي باتت تشـكو

من ويلاته مجتمعات كثيرة هنا وهناك، وبخاصة المجتمعات التي ضربت بسهم وافر في التقدم الحضاري المادي.

والله اسأل أن يجعل عملي هذا وغيره من الأعمال خالصاً لوجهه الكريم. والله يقول الحق ومنه –وحده– الهداية والسداد.

إبراهيم النعمة

العلاج النفسي في القرآن الكريم

للقرآن الكريم قوة روحية تؤثر تأثيراً كبيراً في النفس الإنسانية. ولا عجب فإنه كلام الله الذي استطاع في فترة وجيزة من الزمن إن يغير طبائع الناس وسلوكهم وطريقة تفكيرهم. وقد نص الله –عز وجل– على أنه شفاء ورحمة وهدى للمؤمنين وانه يهدي للتي هي أقوم. قال تعالى:

(وَنُنَزِّلُ مِنْ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاّ خَسَارًا) سورة الإسراء /٨٢.

(يَاأَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ) سورة يونس /٥٧.

(إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا) سورة الإسراء /٩.

وهذه الآيات الكريمات تحدد أثر القرآن في نفوس الناس: فهو لمن آمن به هداية تهديه إلى الصراط المستقيم، فتتخلص نفسه من الحقد والغل، والحسد والأثرة، والاعوجاج في السلوك... وهكذا يصح البدن إذا صحت النفس. وصحة النفس تكون في صفائها ونقائها، فيكون القرآن شفاءاً للنفس ورحمة لها ونعمة عليها.

لقد كانت الجهود التي بذلت في الدراسات النفسية كثيرة كثيرة. وظهرت أساليب مختلفة في العلاج النفسي.. بيد أن هذه الدراسات لم تحقق النجاح المرجو في القضاء على الأمراض النفسية، بل إن هذه الأمراض يزداد صرعاها يوماً بعد يوم، كما أن الدراسات – أيضاً – لم تحقق نجاحاً كبيراً في الوقاية من تلك الأمراض النفسية: (فقد بينت بعض الدراسات أن معدلات الشفاء بين المرضى النفسيين الذين يعالجون بطريقة التحليل النفسي تتراوح بين ٦٠% و٦٤% وهي معدلات غير مرضية إذا أخذنا في اعتبارنا أن معدلات المرضى النفسيين الذين يتخلصون من أمراضهم من غير أن يتلقوا أي علاج نفسي تتراوح بين ٤٤% و٦٦%. أضف إلى ذلك أن بعض المرضى كانت تسوء حالتهم بعد العلاج النفسي. وفي دراسة أخرى تبين أن المرضى النفسيين من المجموعة الضابطة التي لم يتلق أفرادها أي علاج نفسي قد أظهروا تحسناً مساوياً للتحسن الذي أظهره المرضى الذين عولجوا نفسياً. كما بينت الدراسة – أيضاً – أن بعض هؤلاء المرضى الذين عولجوا قد ازدادت حالتهم سوءاً)(١).

---

(١) علم الأمراض النفسية والعقلية تأليف ريتشارد م.شوين ص٨٦٤ ترجمة: أحمد عبد العزيز سلامة. دار النهضة=

ويقول الدكتور (الكسيس كاريل) الحائز على جائزة (نوبل):

(من العجيب أن الأمراض العقلية أكبر عدداً من جميع الأمراض الأخرى مجتمعة. ولهذا فإن مستشفيات المجاذيب تعج بنزلائها، وتعجز عن استقبال جميع الذين يجب حجزهم... ويقول س.وبيرس: (إن شخصاً من كل ٢٢ شخصاً من سكان نيويورك يجب إدخاله أحد مستشفيات الأمراض العقلية بين آن و آخر))[١].

لقد أخفق علماء النفس في معالجة تلك الأمراض التي انتشرت في المجتمعات الغربية انتشارا واسعاً، وأخذت بتلابيبه وضيقت عليه الخناق. ولكن ما سبب ذلك الإخفاق؟

العربية /القاهرة ١٩٧٩. انظر: القرآن وعلم النفس للدكتور محمد عثمان نجاتي ص٢٣٨. الطبعة الأولى ١٤٠٢هـ-١٩٨٢م. دار الشروق /بيروت – القاهرة.

(١) الإيمان والحياة للأستاذ يوسف القرضاوي ص٣٢٤. الطبعة الخامسة ١٩٧٧. مطبعة الاستقلال /القاهرة.

الإيمان أولاً

يجيب عن ذلك الدكتور (بول أرنست أدولف) الأستاذ المساعد في التشريح بجامعة (سانت جونس)، وعضو جمعية الجراحين الأمريكيين فيقول:

(إن كثيراً من المشتغلين بالعلاج النفسي قد ينجحون في تقصي أسباب الاضطراب النفسي الذي يسبب المرض، ولكنهم يخفقون في معالجة الاضطرابات، لأنهم لا يلجأون في علاجها إلى بث الإيمان بالله في نفوس هؤلاء المرضى)[١].

ولعل اتجاه علماء النفس نحو تبني نظرة الدين في علاج الأمراض النفسية أو الوقاية منها قد ازداد يوماً بعد يوم بسبب ذلك. فإن الإيمان الصحيح بالله يمد الإنسان بقوة عظيمة وطاقة روحية هائلة، تجعله يقف بقوة وحزم أمام ما يلاقيه من مشقات الحياة، وتجنبه – في الوقت نفسه – ذلك القلق الذي صار سمة من سمات هذا العصر. يقول المحلل النفسي كارل يونج Carl G.Jung:

(استشارني في خلال الأعوام الثلاثين الماضية أناس من مختلف شعوب العالم المتحضرة، وعالجت

---

(١) الله يتجلى في عصر العلم تأليف نخبة من العلماء الأمريكيين ص١٣٧ الطبعة الثالثة ١٩٦٨ ترجمة الدمرداش عبد المجيد سرحان.

مئات كثيرة من المرضى.. فلم أجد واحداً من مرضاي الذين كانوا في المنتصف الثاني من عمرهم – أي جاوزوا سن الخامسة والثلاثين – من لم تكن مشكلته في أساسها: هي افتقاره إلى وجهة نظر دينية في الحياة. وأستطيع أن أقول: إن كل واحد منهم قد وقع فريسة المرض، لأنه فقد ذلك الشيء الذي تمنحه الأديان القائمة في كل عصر لإتباعها، وإنه لم يتم شفاء أحد منهم حقيقة إلا بعد أن استعاد نظرته الدينية في الحياة)[1].

ويقول المحلل النفسي أ.أ.بريل A.A. Brill

(إن المرء المتدين حقاً لا يعاني قط مرضاً نفسياً)[2].

وذكر عالم النفس الأمريكي (هنري لينك) في كتابه (العودة إلى الإيمان): أنه وجد نتيجة خبرته الطويلة في تطبيق الاختبارات النفسية على العمل في عملية الاختبار المهني والتوجيه المهني، ان

---

(١) القرآن وعلم النفس ص٢٤٠ نقلاً عن

Carl.G.jung: Modern Man in Search of Asoul London: Routledge Kegan Paul.Lid 1966,p.264.

(٢) دع القلق وأبدأ الحياة تأليف ديل كارينجي ص٢٨٦ ترجمة عبد المنعم الزيادي، الطبعة الخامسة. مكتبة الخانجي /القاهرة.

الأشخاص المتدينين والذين يترددون على دور العبادة يتمتعون بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين لهم، أو لا يقومون بأية عبادة[١].

ويقول الدكتور (بول أرنست أدولف):

(لقد أيقنت أن العلاج الحقيقي لا بد أن يشمل الروح والجسم معاً في وقت واحد، وأدركت أن من واجبي أن أطبق معلوماتي الطبية والجراحية إلى جانب إيماني بالله وعلمي به. ولقد أقمت تلك الناحيتين على أساس قويم. بهذه الطريقة وحدها استطعت أن أقدم لمرضاي العلاج الكامل الذي يحتاجون إليه. ولقد وجدت بعد تدبر عميق أن معلوماتي الطبية وعقيدتي في الله هما الأساس الذي ينبغي أن تقوم عليه الفلسفة الطبية الحديثة... ولقد وجدت في أثناء ممارستي للطب أن تسلحي بالنواحي الروحية إلى جانب إلمامي بالمادة العلمية يمكنني من معالجة جميع الأمراض علاجاً يتسم بالبركة الحقيقية. أما إذا أبعد الإنسان ربه عن هذا المحيط، فإن محاولاته لا تكون إلا نصف العلاج، بل قد لا تبلغ هذا القدر)[٢].

---

(١) الإيمان والحياة ص٣٤٢.

(٢) الله يتجلى في عصر العلم ص١٣٨.

ونشـرت جريـدة (الجمهوريـة) القاهريـة تحـت عنـوان (العلمـاء يلجـأون إلـى الـدين لعـلاج مرضـى الأمراض العقلية) قالت:

(لقد بدأت التجربة في مستشفى بولاية نيويورك وهو مستشفى خاص بمرتكبي الجرائم من المصابين بالأمراض العقلية. بدأت التجربة بإدخال الدين كوسيلة جديدة للعلاج بجانب الصدمات الكهربائية لخلايا المخ، والعقاقير المسكنة والمهدئة للأعصاب. وكانت النتيجة رائعة.. إن أولئك الذين تعذر شفاؤهم.. بل فقدوا الأمل فيه، انتقلوا من عالم المجانين إلى عالم العقلاء.. أولئك الذين ارتكبوا أفظع الجرائم وهم مسلوبو الإرادة باتوا يسـيطرون علـى إرادتهـم وتفكيـرهم وتصـرفهم، ويـذرفون الـدمع نـدماً، وكلهـم أمـل فـي رحمـة الله ومغفرته)[١].

ويقول الدكتور (الكسيس كاريل):

(لعل الصلاة هي أعظم طاقة مولدة للنشاط عرفت إلـى يومنـا هذا. وقد رأيت – بوصفي طبيباً – كثيراً من المرضـى فشلت العقاقير في علاجهم، فلما رفع الطب يديه عجزاً وتسليماً تدخلت الصلاة فأبرأتهم من عللهم).

---

(١) الإيمان والحياة ص٣٤٧-٣٤٨.

ويقول:

(إن الصلاة كمعدن (الراديوم) مصدر للإشعاع، ومولد ذاتي للنشاط، وبالصلاة يسعى الناس إلى استزادة نشاطهم المحدود، حين يخاطبون القوة التي لا يفنى نشاطها)[١].

ويقول الدكتور يوسف القرضاوي:

(إن في فطرة الإنسان فراغاً لا يملؤه علم، ولا ثقافة ولا فلسفة، إنما يملؤه الإيمان بالله -جلَّ وعلا-. وستظل الفطرة الإنسانية تحس بالتوتر والجوع والظمأ، حتى تجد الله، وتؤمن به وتتوجه إليه)[٢].

ولم يكن علماء النفس والمحللون النفسيون والأطباء والعلماء هم الذين توصلوا إلى هذه الحقيقة وحدهم، بل نجد عدداً ليس بالقليل من المفكرين الغربيين المعاصرين ذهبوا هذا المذهب. فهذا المؤرخ (ارنولد توينبي) A.Toynbee ذكر: (إن الأزمة التي يعاني منها الأوربيون في العصر الحديث، إنما ترجع

---

(١) الإيمان والحياة ص٢٩٢.

(٢) الإيمان والحياة ص٨٦.

في أساسها إلى الفقر الروحي، وأن العلاج الوحيد لهذا التمزق الذي يعانون منه هو الرجوع إلى الدين)[١].

وننظر في الإسلام، فنرى أن الإيمان بالله الذي يملأ قلب المسلم منذ الصغر يكسبه مناعة من الإصابة بالأمراض النفسية: فلا يكون بحاجة إلى هذا أو ذلك من العلاج النفسي.

والقرآن الكريم يشير بكل صراحة إلى أن الإيمان الصحيح بالله يبعث (الأمن) و (الطمأنينة) و (السكون) في نفس المؤمن، يقول الله – عز وجل- :

(الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُوْلَئِكَ لَهُمْ الأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ) سورة الأنعام /٨٢.

(الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) سورة الرعد /٢٨.

(هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ) سورة الفتح /٤.

واطمئنان النفس مصدره الإيمان بالله واليوم الأخر. وليس المراد به استسلام النفس أو استكانتها، أو هربها من الحياة، وإنما المراد به: الرضى بما يقع – بعد أن يأخذ بالأسباب -.

---

(١) مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس في ضوء الإسلام تأليف الأستاذ أنور الجندي ص١٩٥ بتصرف /دار الاعتصام /القاهرة.

وهكذا يشعر المؤمن بالسعادة الحقيقية إذا كان قلبه عامراً بالإيمان الخالص من الشوائب الذي لا يكدره مكدر. يقول العلامة (ابن قيم الجوزية) رحمه الله:

(في القلب شَعَثٌ لا يلمه إلا الإقبال على الله، وفيه وحشة لا يزيلها إلا الأنس بالله، وفيه حزن لا يذهبه إلا السرور بمعرفته وصدق معاملته، وفيه قلق لا يسكنه إلا الاجتماع عليه والفرار إليه، وفيه نيران حسرات لا يطفئها إلا الرضى بأمره ونهيه وقضائه، ومعانقة الصبر على ذلك إلى وقت لقائه، وفيه فاقة لا يسدها إلا محبته والإنابة إليه، ودوام ذكره وصدق الإخلاص له، ولو أعطي الدنيا وما فيها لم تسد تلك الفاقة أبداً)[١].

(١) الإيمان والحياة ص٨٧.

سكينة النفس

فــلا نعجــب إذا علمنــا أن أكثــر النــاس قلقــاً واضطرابا: هم أولئك الذين لم يلامس الإيمان شغاف قلوبهم.. أولئك الذين حرموا من برد اليقين: فهم لا يدركون للحياة معنى، ولا يشعرون بلذتها – ولو كانت غاصة بوسائل الرفاهية كلها – يقول طبيب أمريكي لامع:

(وضعت مرةً وأنا شاب جدولاً لطيبات الحياة المعترف بها، فكتبت هذا البيان بالرغائب الدنيوية: الصــحة، والحــب، والموهبــة، والقــوة، والثــراء، والشهرة، ثم تقدمت بها في زهو إلى شيخ حكيم، فقال صديقي الشيخ: جدول بديع، وهو موضوع على ترتيب لا بأس به، ولكن يبدو لي أنك أغفلت العنصر المهم الذي يعود جدولك بدونه عبثاً لا يطاق، وضرب بالقلم على الجدول كله، وكتب كلمة (سكينة النفس): وقال: هذه الهبة التي يدخرها الله لأصفيائه، وإنه ليعطي الكثيرين الذكاء والصحة، والمال مبتذل وليست الشهرة بنادرة، أما سكينة القلب، فإنه يمنحها بقدر)[١].

وننظر في المؤمن الصحيح الإيمان مرة أخرى، فنجده إنساناً قوياً في نفسه، لا يخاف شيئاً في هذه

---

(١) الإيمان والحياة ص٨٣

الحياة، لأنه يؤمن الإيمان الحق أن ما أصابه لم يكن ليخطئه، وما اخطأه لم يكن ليصيبه وأنه لا يصيبه الشر أو الأذى إلا بمشيئة الله. وهكذا لا يتملك الإنسان المسلم الخوف. ويدل على هذا دلالة واضحة قول الله تعالى:

(إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمْ الْمَلائِكَةُ أَلا تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ، نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ، نُزُلا مِنْ غَفُورٍ رَحِيمٍ) سورة فصلت /٣٠-٣٢.

وقوله – عز وجل -:

(إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ) سورة الأحقاف /١٣.

ذكر الله

ومن وسائل العلاج النفسي في القرآن الكريم ذكر الله والتأمل في عظمته، وتصور قدرته. وقد أمر الله بذلك في القرآن فقال تعالى:

(يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا، وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلا) سورة الأحزاب /٤١-٤٢.

وقال:

(وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا) سورة الأحزاب /٣٥.

ولقد صرح القرآن الكريم بأن الإعراض عن ذكر الله يؤدي إلى شقاء الإنسان في الدنيا قبل الآخرة قال تعالى:

(وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى) سورة طه /١٢٤.

وقال تعالى:

(وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَانِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ، وَإِنَّهُمْ لَيَصُدُّونَهُمْ عَنْ السَّبِيلِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ مُهْتَدُونَ) سورة الزخرف /٣٦-٣٧.

ويؤكد القرآن هذا المعنى فيقول:

(وَلا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُوْلَئِكَ هُمْ الْفَاسِقُونَ) سورة الحشر /١٩.

إن الذي يذكر الله ويتأمل في عظمته ويتصور قدرته، يلين قلبه ويخشع فؤاده، ويطأطئ رأسه، فلا يصدر عنه من الأقوال والأعمال إلا ما فيه الخير والصلاح. وهكذا تسري الطمأنينة في نفسه، ولا يكون للهم والقلق إلى قلبه سبيل. وبهذا يتخلص من الأمراض النفسية والجسدية التي قد يصاب بها، ذلك أنّ الاستغراق في الهم والقلق يؤدي إلى إضعاف وظائف الجسم، فيبتلى صاحبها بأمراض جسدية كثيرة، فوق إصابته بالأمراض النفسية.

الإيمان والصبر

والمؤمن الصحيح الإيمان يصبر ولا يجزع إذا حلت به مصيبة أو نزلت به كارثة، فإنه (يتلقى المكاره بالقبول، ويراها من عند الله، وعند التأمل نرى العناية الإلهية تسوق إلينا الشدائد لحكمة عالية. والجاهل هو الذي يضجر ويحزن ويكتئب. أما العاقل، فيتلمس وجوه الخير فيما يبتليه الله من الشدائد)(١).

ولقد أحب الله الصابرين ومدحهم، وأعلن ما اعدّ لهم يوم القيامة، فقال تعالى:

(وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنْ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنْ الأَمْوَالِ وَالأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرْ الصَّابِرِينَ، الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، أُوْلَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُوْلَئِكَ هُمْ الْمُهْتَدُونَ) سورة البقرة /١٥٥-١٥٧.

ويبدو من هذه الآيات: أن الصابرين زودوا بثلاث خصال:

صلوات الله عليهم: أي ثناؤه تعالى عليهم، ورحمته بهم بما وضعه في المصيبة من لطف

---

(١) التصوف الإسلامي للدكتور زكي مبارك ١٤٩/٢. وانظر: روح الدين الإسلامي تأليف عفيف عبد الفتاح طبارة ص٢٠٧. الطبعة الثامنة ١٣٨٩ هـ /دار العلم للملايين. بيروت.

وإحسان، وشهادة لهم من الله بأنهم على الحق والصواب وانهم مهتدون، فيلاقون المصيبة برباطة جأش وعدم جزع.

وقال تعالى:

(وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُبَوِّئَنَّهُمْ مِنْ الْجَنَّةِ غُرَفًا تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ، الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ) سورة العنكبوت /٥٨-٥٩.

(وَلَنَجْزِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ) سورة النحل /٩٦.

(إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ) سورة الزمر /١٠.

(وَجَزَاهُمْ بِمَا صَبَرُوا جَنَّةً وَحَرِيرًا) سورة الإنسان /١٢.

والصبر قوة عظيمة يستعين بها المسلم فيما يلاقيه من نكبات الزمن ومشقات الطريق لذلك أمر الحكيم الخبير المؤمنين أن يستعينوا به في حياتهم فقال تعالى:

(وَاستَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إلا عَلَى الْخَاشِعِينَ) سورة البقرة /٤٥.

(يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ) سورة البقرة /١٥٣.

وأما أحاديث رسول الله ﷺ فيما أعده للصابرين فكثيرة كثيرة، منها ما رواه أبو هريرة – رضي الله عنه – أن رسول الله ﷺ قال: يقول الله تعالى: [ما لعبدي المؤمن عندي جزاء إذا قبضت صفيه من أهل الدنيا ثم احتسبه إلا الجنة])(١).

وعن أنس –رضي الله عنه– قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: إن الله –عز وجل– قال: (إذا ابتليت عبدي بحبيبتيه فصبر عوضته منهما الجنة)(٢).

وعن أبي سعيد وأبي هريرة –رضي الله عنهما– عن النبي ﷺ قال: (ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفَّر الله بها من خطاياه)(٣).

وعن أنس –رضي الله عنه– قال: قال رسول الله ﷺ: (إذا أراد الله بعبده الخير عجّل له العقوبة في

---

(١) رواه البخاري في كتاب الرقاق (باب: العمل الذي يبتغى به وجه الله تعالى).

(٢) رواه البخاري في كتاب المرضى (باب: فضل من ذهب بصره). والمراد بحبيبتيه: عيناه.

(٣) رواه البخاري في كتاب المرضى (باب: ما جاء في كفارة المرض...)، ومسلم في كتاب البر، (باب: ثواب المؤمن فيما يصيبه من مرض أو حزن..).

الدنيا، وإذا أراد الله بعبده الشر أمسك عنه بذنبه حتى يوافى به يوم القيامة).

وقال:

(إن عظم الجزاء مع عظم البلاء، وإن الله تعالى إذا أحب قوماً ابتلاهم: فمن رضي فله الرضى، ومن سخط فله السخط)[1].

وعن أبي هريرة –رضي الله عنه– قال: قال رسول الله ﷺ:

(ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة في نفسه وولده وماله حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة)[2].

وبالصبر وما أعد الله للصابرين يتغلب المؤمن على الجزع، ويحتسب ما أصابه عند الله، فيتخلص من الأمراض النفسية أو الجسدية التي تصيب غيره ممن لم يتحلّ بالصبر.

---

(١) رواه الترمذي في كتاب الزهد (باب: ما جاء في الصبر على البلاء) رقم ٢٣٩٨.

(٢) رواه الترمذي في كتاب الزهد (باب: ما جاء في الصبر على البلاء) رقم ٢٤٠١.

الرزق بيد الله

ولما كان الإنسان مفطوراً على حب المال، فإنه يظل مشغولاً بجمعه والحفاظ عليه، وقد كثرت حوادث الانتحار والإصابة بالجنون والانهيار العصبي، وكثير من هذه الحالات سببه الاصطراع على الرزق، أو الطمع في زيادته، أو الكارثة بفقده. وقد جاء في إحصائية نشرتها مجلة (ليديز هوم جورنال): (إن سبعين في المائة من القلق الذي يعانيه الناس مرجعه إلى المال)[١].

والمسلم يؤمن تمام الإيمان أن رزقه بيد الله –وبيد الله وحده– وانه تعالى هو الذي قسم الأرزاق بين الناس... إن هذا الاعتقاد لدى المسلم الحق يجعله شجاعاً لا يخشى الفقر، وكيف يخشاه وهو يتلو قول الله تعالى:

(إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ) سورة الذاريات /٥٨.

(وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ) سورة الذاريات /٢٢.

(اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ) سورة الرعد /٢٦.

---

(١) الإسلام والعلم الحديث تأليف عبد الرزاق نوفل ص١٣٢. دار الإسلام القاهرة – دار الكتاب العربي. بيروت.

وهكذا يكون المؤمن آمناً على رزقه، مطمئناً إلى أن الله –عز وجل– لا يتركه يموت جوعاً... حتى إن قدر الله عليه أن تكون يده ضيقة، فإنه راضٍ بما قدره الله وقضاه –بعد أن يأخذ بأسباب الرزق كلها– يقنع بالقليل الذي لديه ويحمد الله على نعمه الكثيرة التي لا تعد ولا تحصى.

أجل المؤمن

والمؤمن الصادق الإيمان يوقن أن له عمراً محدداً لا يزيد ولا ينقص: فلا يستطيع أحد أن يقدم من أجله ساعة أو يؤخره. قال تعالى:

(فَإِذَا جَاءَ أَجَلُهُمْ لا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلا يَسْتَقْدِمُونَ) سورة الأعراف /٣٤.

(وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) سورة المنافقون /١١.

المؤمن والموت

والمؤمن الصادق لا يخاف الموت ولا يخشاه، لأنه يعلم أين تصير نفسه بعد الموت، وأي شيء يقدم عليه: فهو ينظر إلى الموت على أنه حقيقة لا مفر منها.

يقول الله تعالى:

(كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ) سورة آل عمران /١٨٥.
(أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِككُّمْ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ) سورة النساء /٧٨.
(قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ) سورة الجمعة /٨.

ولقد فهم سلف هذه الأمة هذه العقيدة السليمة وآمنوا بها فعاشوا في كنف الطمأنينة والسكينة، ويتجلى شيء من ذلك بما كان من الحجاج بن يوسف الثقفي، فإنه لما هدد سعيد بن جبير بالموت، أجابه سعيد: لو علمت أن الموت والحياة في يدك ما عبدت إلها غيرك!

وبهذا الإيمان العميق يلقي المسلم عن كاهله هماً من أكبر الهموم: إنه الحرص على الحياة، لأنه يعلم أن الموت إنما هو انتقال من المنزل الفاني إلى المنزل الباقي. ولقد قيل لأعرابي اشتد مرضه: إنك ستموت! فقال: وإلى أين يُذهب بي بعد الموت؟ قالوا: إلى الله: فقال: ويحكم! أخاف الذهاب إلى مَنْ لا أرى الخير إلا من عنده؟!

هكذا ينظر المؤمن إلى الموت على أنه انتقال من حياة إلى حياة، ومن دار إلى دار، وإن الإنسان حين يموت تنقطع نفسه عن بدنه فتصعد إلى الله. وما مثل

النفس والجسد إلا كمثل الإنسان الذي أصاب ملابسه الدنس فنزعها، ويظل الإنسان حياً كما هو. النفس كالإنسان والجسد كملابس الإنسان. وقد روي أن أحد الذين عرفوا بالصلاح لما أحس بدنوِّ أجله قام فاغتسل وتطيب وصلى ركعتين. وبعد فترة وجيزة دخلوا عليه فوجدوه قد مات وهو مستقبل القبلة، وعند رأسه ورقة كتب فيها هذه الأبيات:

قل لإخوان رأوني ميتاً
فبكوني ورثوني حزنا
أتظنون بأني ميتكم
ليس هذا الميت والله أنا
أنا في الصور وهذا جسدي
كان ثوبي وقميصي زمنا
أنا عصفور وهذا قفصي
طرت عنه وبقى مرتهنا
أحمد الله الذي خلصني
وبنى لي في المعالي مسكنا
لا تظنوا الموت موتاً إنه
ليس إلا نقلة من هاهنا

الإيمان بالقضاء والقدر

والمؤمن الصادق الإيمان يؤمن بالقضاء والقدر. وإيمانه بذلك يجنبه الإصابة بالأمراض النفسية فهو يوقن أنّ ما يصيب الإنسان في هذه الحياة الدنيا إنما هو امتحان واختبار له، لذلك فهو يصبر ويتحمل الأذى ولا يجزع إذا مسه الشر، ولا يطغى إذا أصابه الخير. ورسول الله ﷺ يقول:

(عجباً لأمر المؤمن إنّ أمره كله له خير – وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن – إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له)(١).

والمؤمن يقف هذا الموقف، لأنه يعلم أن ما قدره الله على الإنسان ليس عبثاً، وإن المصائب التي تحل به هي في حقيقةً الأمر دروس يلقيها العليم الخبير على بني الإنسان، فتتهذب نفوسهم، ويذهب صدأ قلوبهم، وقد روي عن سيدنا عمر بن الخطاب –رضي الله عنه– أنه قال:

(ما أصبت في دنياي بمصيبة إلا رأيت لله عليّ فيها ثلاث نعم: أنها لم تكن في ديني، وانها لم تكن أكبر منها، وأنني لأرجو ثواب الله عليها)(١).

---

(١) رواه مسلم في كتاب الزهد (باب: المؤمن أمره كله خير).

والمسلم يأخذ بالأسباب لئلا يقع المكروه، ولكن حين يقع يرضى بما وقع، وهذا الرضا يوصله إلى الراحة النفسية التي تدفع عنه أمراضاً عديدة ومصائب كثيرة: فإن عدم الصبر على المصيبة إنما هي مصيبة أخرى فوق مصيبته التي نزلت به. فإذا خسر الإنسان في تجارته فقد يعتبر خسارته مصيبة، فإذا حزن على خسارته حزناً شديداً فتصير المصيبة مصيبتين: خسارة وألماً..!

ولقد أدرك كثير من المفكرين والفلاسفة الغربيين فائدة الرضا بالقضاء والقدر لدى المسلم فقال ف.س. بودلي تحت عنوان (عشت في جنة الله):

(في عام ١٩١٨ أوليت ظهري للعالم الذي عرفته طيلة حياتي، ويمَمْتُ شطر أفريقيا الشمالية الغربية، حيث عشت بين الأعراب في الصحراء، وقضيت هناك سبعة أعوام، أتقنت خلالها لغة البدو: وكنت أرتدي زيهم ، واكل من طعامهم، واتخذ مظاهرهم في الحياة، وغدوت مثلهم، أمتلك أغناماً، وأنام كما ينامون في الخيام، وقد تعمقت في دراسة الإسلام، حتى انني الفت كتاباً عن محمد ﷺ عنوانه (الرسول). وقد كانت

---

(١) انظر كتابنا إيماننا الحق بين النظر والدليل ص٢٧٥. الطبعة الثانية ١٤٠٥هـ-١٩٨٥م. مطبعة الزهراء /الموصل.

تلك الأعوام التي قضيتها مع هؤلاء البدو الرحل من أمتع سني حياتي، واحفلها بالسلام والاطمئنان والرضا بالحياة.

وقد تعلمت من عرب الصحراء التغلب على القلق. فهم – بوصفهم مسلمين – يؤمنون بالقضاء والقدر. وقد ساعدهم هذا الإيمان على العيش في أمان، وأخذ الحياة مأخذاً سهلاً هيناً. فهم لا يلقون أنفسهم بين براثن الهم والقلق على أمر، وإنهم يؤمنون بأن ما قدر يكون، وإنه لا يصيب الفرد منهم إلا ما كتب الله له. وليس معنى ذلك أنهم يتواكلون، أو يقفون في وجه الكارثة مكتوفي الأيدي، كلا، ودعني أضرب مثلاً لما أعنيه:

(هبت ذات يوم عاصفة عاتية، حملت رمال الصحراء، وعبرت بها البحر الأبيض المتوسط، ورمت بها وادي الرون في فرنسا، وكانت العاصفة حارة شديدة الحرارة، حتى أحسست كأن رأسي ينتزع من منابته لفرط وطأة الحر. وأحسست من فرط القيظ كأني مدفوع إلى الجنون، ولكن العرب لم يشكوا إطلاقاً، فقد هزوا أكتافهم وقالوا كلمتهم المأثورة (قضاء وقدر). ولكنهم ما إن مرت العاصفة حتى اندفعوا إلى العمل بنشاط كبير: فذبحوا صغار الخراف قبل أن يودي القيظ بحياتها، ثم ساقوا الماشية إلى

الجنوب نحو الماء. فعلوا هذا كله في صمت وهدوء، دون أن تبدو من أحدهم شكوى.. قال رئيس القبيلة لم نفقد الشيء الكثير، فقد كنا خلقاء بأن نفقد كل شيء، ولكن حمداً لله وشكراً، فإن لدينا نحو أربعين في المائة من ماشيتنا، وفي استطاعتنا أن نبدأ بها عملنا من جديد)[١].

وهذه الحقيقة أقر بها المفكر الألماني (جيته)، فهو يرى: (أن عقيدة القضاء والقدر عند المسلمين التي تعني أنه لا يصيبهم أمر لم يقدره الله الذي يدبر الأمر بإرادته منذ الأزل – تحملهم على مقاومة صروف الدهر في حياتهم، وهم مستريحون لقضاء الله وقدره...)[٢].

وحين يؤمن المسلم بالقضاء والقدر، فإنه يمتثل بذلك لما أمر به القرآن الكريم، قال الله تعالى:

(مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ، لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ) سورة الحديد /٢٢-٢٣.

---

(١) الإيمان والحياة ص١٣٢-١٣٣.

(٢) محاضرات في الثقافة الإسلامية للأستاذ أحمد محمد جمال ص١٢. الطبعة الأولى ١٣٩١هـ. دار الفكر بيروت. ومكتبة الثقافة في مكة المكرمة.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

(... إحرص على ما ينفعك، واستعن بالله، ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله وما شاء فعل، فإن (لو) تفتح عمل الشيطان)[١].

ومن دعاء رسول الله ﷺ قوله:

(اللهم إني أسألك الرضا بعد القضاء، وبَرْدَ العيش بعد الموت...)[٢].

ولما آمن سلفنا الصالح إيماناً صحيحاً بهذه العقيدة، انقلبت حالهم راحة وطمأنينة في كل حال، فصار عمر بن الخطاب رضي الله عنه يقول:

(لا أبالي على أيها أصبح أو أمسي: على ما أحب، أو على ما أكره لأنني لا أدري أيهما خير لي)[٣].

ويقول الحسن البصري:

(لا تكرهوا النقمات الواقعة، والبلايا الحادثة، فَلَرُبّ أمر تكرهه فيه نجاتك، ولرب أمر تؤثره فيه عطبك)[١].

---

(١) رواه مسلم في كتاب القدر (باب: في الأمر بالقوة وترك العجز)، وابن ماجه في كتاب القدر.

(٢) رواه أحمد والنسائي والحاكم.

(٣) العقيدة الإسلامية وأسسها للأستاذ عبد الرحمن حسن حبنكة الميداني ص٨٠٢ الطبعة الثانية. دار القلم: دمشق-بيروت.

وربما كان الحسن البصري قد أخذ هذا من قوله تعالى:
(وَعَسى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لا تَعْلَمُونَ) سورة البقرة /٢١٦.

---

(١) القضاء والقدر للأستاذ عبد الكريم الخطيب ص٢٢٧. دار المعرفة /بيروت.

الإحساس اللاشعوري بالذنب

إذا كـان الكثيـر مـن المصـابين بـالأمراض النفسـية يشعرون بـالقلق الـذي ينشـأ عـن الإحسـاس اللاشـعوري بالذنب، فإن المؤمن قد يتخلص من ذلـك القلـق لأسباب كثيـرة، منهـا: إنـه يراقب الله فـي أقوالـه وأعمالـه كلهـا فتقل أخطاؤه، وهو لا يستجيب للإغراءات التـي تدفعـه إلـى ارتكـاب المحرمـات بسـهولة، فإنـه يجاهـد نفسـه ويجاهدها حتى يتمكن من التغلب عليها.

على أنه حتى لو أخطأ ووقع في الإثم، فإنه يتوب إلـى الله ويسـتغفر، وهـو يعلـم أن الله يقبـل التوبـة مـن عبـاده، ويعفـو عـن السـيئات، ويصـفح عـن الـزلات، متذكراً قول الله تعالى:

(وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرْ اللَّهَ يَجِدْ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا) سورة النساء /١١٠.

(وَإِنِّـي لَغَفَّـارٌ لِمَـنْ تَـابَ وَآمَـنَ وَعَمِـلَ صَـالِحًا ثُـمَّ اهْتَدَى) سورة طه /٨٢.

(قُلْ يَاعِبَادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَـى أَنْفُسِـهِمْ لا تَقْنَطُـوا مِـنْ رَحْمَـةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِـرُ الـذُّنُوبَ جَمِيعًـا إِنَّـهُ هُـوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ) سورة الزمر /٥٣.

على أن المؤمن يوقن أيضاً: أن الحسنات يذهبن السيئات، وإن الرسول ﷺ يقول: (... واتبع السيئة الحسنة تمحها..)[١].

إن اعتراف المؤمن بما ارتكبه من ذنب، وتوبته منه توبة صادقة، تقيه وتخلصه من فكرة الذنب التي تشغله، وتسبب له ما تسبب من آلام نفسية وتوتر، وتعمل على وقايته من الكبت اللاشعوري بالذنب الذي يسبب القلق وبعض الأمراض النفسية.وهذا – ولا ريب – لون من ألوان العلاج النفسي الذي صار الطب الحديث يستعين به في العلاج. يقول الأستاذ عبد الرزاق نوفل:

(قرر علماء النفس – وعلى رأسهم فرويد مؤسس مدرسة التحليل النفسي – أنّ كافة الأمراض النفسية ترجع إلى الكبت الذي يسبب عقداً لا شفاء منها إلا بما يسمونه التحليل النفسي الذي يتم بأن يجلس الإنسان في عيادة الطبيب النفساني، ويعترف أمامه بأخطائه... وهذا الاعتراف يقول عنه الأطباء: إنه صفة منطقية نفسية سلوكية تكشف عن أخطاء المريض، فيراها ويشعر بها، فتحدث مهادنة بين النفس والضمير... فيتسامح الضمير... وإذا ما تسامح الضمير، واستشعر

---

(١) رواه أحمد والترمذي.

الإنسان العفو منه والصفاء بينه وبين النفس... زالت العقدة النفسية، وعاد الإنسان إلى حالته الطبيعية. هذا والعقد النفسية ليست وهماً، وليس ما تسببه من أمراض وهماً، كما أنّ الألم والظواهر التي تصاحب هذه الأمراض إنما هي أشد من الأمراض العضوية وتماثلها في الأعراض. وكثيراً ما تسبب هذه العقد الصداع واضطرابات القلب وأمراض الضغط العالي وغيرها من الأمراض... وإذا كان علاجها هو الاعتراف بالخطأ أمام الطبيب ليتسامح الضمير... فأي فرق بين الاعتراف أمام الله وأمام الطبيب؟ وأي فرق بين غفران الله وتسامح الضمير)[1].

(١) الإسلام والعلم الحديث للأستاذ عبد الرزاق نوفل ص١٣٦-١٣٧ الناشر: دار الإسلام في القاهرة، دار الكتاب العربي في بيروت.

تجارب رائعة

هناك تجارب رائعة قام بها بعض من الأطباء في الولايات المتحدة الأمريكية حول تأثير ترتيل القرآن الكريم في المرضى مسلمين وغير مسلمين، وسواء أكانوا يعرفون اللغة العربية أم يجهلونها، وما حصل لهؤلاء المرضى من تغيرات نفسية وعضوية (فسلجية).

١- أجرت الجمعية الطبية الإسلامية بمدينة (بنما سيتي) بولاية (فلوريدا) بأمريكا تجربة أجرتها على خمسة أشخاص ليسوا بمسلمين ولا ينطقون بالعربية ثلاثة منهم ذكور، ومتوسط أعمارهم ٢٢سنة وكانت التجربة ما يأتي:

أ- تجارب استماع

١- ٨٥ جلسة استماع لقراءات قرآنية باللغة العربية بطريقة التجويد.

٢- ٨٥ جلسة استماع لقراءات غير قرآنية باللغة العربية بطريقة التجويد باختيار اللفظ والصورة والإيقاع، ليكون مشابهاً لما في القرآن.

ب- تجارب صمت

فقد تمت ٤٠ جلسة استرخاء مشابهة لجلسات الاستماع، ولكن بدون تلاوة أي قراءات. ولكن عندما

وجد الباحثون أن جلسات الصمت لم تأت بأية نتائج إيجابية على التوتر، تغيّر مسار البحث، وأصبحت المقارنة بين نتائج جلسات الاستماع للقراءات القرآنية وغير القرآنية، مع مراعاة تغيير الترتيب بين القراءات دون إعلام المستمع، وكان معيار النتائج تهدئة النفس، اعتماداً على مؤشرات التغييرات الفسيولوجية الآتية:

١- قابلية الجلد للتوصيل الكهربائي، ودرجة حرارة الجلد والدورة الدموية بالجلد.
٢- التيارات الكهربائية بالعضلات التي تعكس ردود الفعل العصبية.
٣- عدد ضربات القلب وضغط الدم.
٤- الفحص النفسي المباشر.

وجاءت النتائج مؤكدة أن تلاوة القرآن يصحبها تغيرات فسيولوجية ملموسة ولا مجال فيها للإيحاء حيث أشارت النتائج إلى:

١- ٦٥% تأثير إيجابي (تهدئة النفس) في جلسات الاستماع القرآنية[١].

---

(١) نقلاً عن كتاب رحلة الإيمان في جسم الإنسان للدكتور حامد أحمد حامد، ص٢٤٠-٢٤١. الطبعة الأولى ١٤١١هـ-١٩٩١م. دار القلم. دمشق.

٢- ٣٥% تأثير إيجابي (تهدئة النفس) في جلسات الاستماع غير القرآنية[١].

٢- مع الجمعية الطبية الإسلامية

نشرت مجلة الجمعية الطبية الإسلامية في شمال أمريكا مقالاً للدكتور أحمد القاضي مدير الطب الإسلامي في (بنما سيتي) في ولاية (فلوريدا) في أمريكا حول (الطب البديل)، فقال تحت عنوان (تطبيق للمعالجة بالقرآن الكريم)[٢]:

(وجدنا أن الإصغاء لآيات القرآن الكريم له علاقة مباشرة بتقليل التوترات والانفعالات النفسية، وكذلك له علاقة غير مباشرة – وربما مباشرة أيضاً – لتحفيز الجهاز المناعي للجسم الذي له دور فعال في عملية الشفاء. وهذا التأثير بسماع كلام الله المبارك وآياته يحصل حتى لأولئك المرضى الذين لا يفهمون شيئاً من اللغة العربية، فضلاً عن الذين يفهمونها ويعرفون

---

(١) نقلاً عن كتاب رحلة الإيمان في جسم الإنسان للدكتور حامد أحمد حامد، ص٢٤٠-٢٤١. الطبعة الأولى ١٤١١هـ-١٩٩١م. دار القلم. دمشق.

(٢) نشر المقال في العدد الرابع من المجلد ٢٨ الصادر في الشهر العاشر (تشرين الأول- أكتوبر) سنة ١٩٩٦ في الصفحتين ١٦٤-١٦٥. وقد طلبت من أخي الدكتور محمد جميل الحبال أن يقوم بترجمة المقال فترجمه لي مشكوراً.

شيئاً من معاني القرآن! ولكن تأثيره يكون أكثر في الذين يدركون معاني القرآن).

ويشير الدكتور القاضي في مقاله هذا إلى دراسته الأخيرة التي قام بها في هذا الشأن. وقد أشار بها إلى مصادر سابقة لأبحاث نشرت أو ألقيت في مؤتمرات طبية حول هذا الموضوع فيقول:

(توصلنا إلى وجود فائدة كبيرة وتأثير عظيم بمساعدة المرضى للتخلص من أعراض أمراضهم النفسية السلبية التي يعانون منها وقد ثبت علمياً أنها تؤدي إلى تثبيط وتقليل فعالية الجهاز المناعي للجسم. وهذه الأعراض تكون دائماً متلازمة مع الأمراض المزمنة والمستعصية. وهذا الجانب من الشفاء بوساطة سماع القرآن الكريم له دورٌ إيجابي في تقوية وتنشيط الجهاز المناعي للجسم. وهو يساعد بدوره على التغلب على هذه الأمراض).

٣- التأثيرات الفسلجية للقرآن على الإنسان

قال الدكتور أحمد القاضي في بحث له نشر في مجلة (الجمعية الطبية الإسلامية) في شمال أمريكا وألقي في مؤتمرات طبية عديدة تحت عنوان (التأثيرات الفسلجية للقرآن على الإنسان) ما خلاصته:

إن للقرآن الكريم تأثيراً علاجياً فهو (شفاء) كما ورد في القرآن الكريم وأحاديث الرسول ﷺ قال تعالى:

(وَنُنَزِّلُ مِنْ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ) سورة الإسراء/٨٢.

ولكن كيف تكون آيات القرآن (شفاءاً)؟ هل هو تأثير نفسي روحي، أم هو تأثير عضوي فسلجي؟

والحقيقة أنه مزيج من هذا وذاك فهو (شفاء) روحي وعضوي. ولمعرفة ذلك قمنا بدراسة التغيرات الفسلجية المهمة على جسم الإنسان أثناء سماعه القرآن الكريم على مجموعة من الأشخاص الأصحاء أولاً، ومجموعة من المرضى ثانياً. وقد قمنا بوصلهم بأجهزة ذات تقنيات عالية لقياس المتغيرات الفسلجية الآتية:

١- جهاز PPG لقياس Vasomotor Responses من خلال قياس درجة حرارة الجلد والتغذية الدموية فيه.

٢- جهاز Skin conductivity EDR لمعرفة نشاط الغدد الدرقية للجلد ونسبة التعرق فيه.

جهاز EMG لقياس درجة ارتخاء وتقلص العضلات في الجسم. وكل هذه الانعكاسات الفسلجية المدروسة هي مؤشرات حول تأثير العلاج بالقرآن على نشاط الجهاز السمبثاوي والبراسمبثاوي والجهاز العصبي المركزي لأجهزة الجسم المختلفة. وقد توصل البحث في نتائجه الأولية إلى وجود تغيرات فسلجية مفيدة، لها تأثير إيجابي له علاقة بعملية الشفاء، وتساعد في سرعته.

إن أهمية هذه الطريقة هي لتزويدنا بتوثيقات علمية فسلجية تثبت أن تأثير قراءة القرآن وسماعه يمكن الإفادة منه في العملية العلاجية[١].

---

(١)

1- Documentation of Physiological effects of the quran in man utilizing Biofeedback monitoring techniques. By Dr. Ahmed – Al-kadhy.

2- Health and Healing in the Quran. By Dr. Ahmed Al-kadhy.

وبعد

فإن المجتمعات الغربية ليست كمجتمعاتنا من حيث التقدم العلمي، ورخاء العيش والغنى، لكنها لما أعرضت عن منهج الله، أصابها ما أصابها من أمراض نفسية قاتلة، تركتها تتقلب على جمر الغضى، ولم تجد لحياتها طعماً –وهي ترفل بكل ألوان اللذائذ المادية- لقد التمسته في الحياة المادية فأخفقت. وكمثال على ذلك (السويد) فإن الدولة فيها قد ضمنت لكل فرد ما يكفيه من الإعانات: فلا تكاد تجد فرداً فيها يخاف على نفسه من الفقر عند الشيخوخة أو البطالة. ومع ذلك فإن الأمراض النفسية قد ازدادت فيها زيادة مذهلة، حتى صار ٢٥% من الشعب السويدي مصاباً بالأمراض النفسية والعصبية. ومع أن دخل الفرد السويدي من أعلى الدخول في العالم، فإن ٤٠% منه ينفق في معالجة تلك الأمراض، ولم يجدوا مهرباً ليتخلصوا من هذه الحياة القاسية إلا بالانتحار الذي تقترفه أعداد كثيرة من الناس هناك، هرباً مما أصابهم من عذاب نفسي عظيم.

ولا يظنن أحد أن (أمريكا) مع ما فيها من الغنى الواسع والحياة المترفة قد تخلص الناس فيها من حياة القلق والضياع، فإن مفكريها يعلنون ما يعانيه الناس من ذلك على رؤوس الأشهاد. فيقول الأستاذ (كولن ولسون):

(إن الحياة في نيويورك غطاء جميل لحالة من التعاسة والشقاء)[1].

وتقول الأديبة الفرنسية (فرانسوا ساجان) وقد زارت أمريكا:

(إن نيويورك ثقيلة الوطأة على الإنسان)[2].

ألا ما أحوجنا إلى التمسك بمنهج الله ليرأب صدعنا، ويداوي سقمنا، ويخلصنا من أمراض فتاكة تركت صرعاها يتقلبون على جمر الغضى، ويرتمضون أسى! وليس سوى هذا الدين يملك إنقاذ التائهين في دياجير الظلام، والضالين في جنباتها. وليس سوى هذا الدين بقادر على إحياء ما مات في نفوسنا، وما فقدناه من عناصر الطمأنينة وراحة النفس..

إنه الإسلام وكفى يمد الإنسان بكل سبب من أسباب السعادة، وصدق الله العظيم القائل:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ وَأَنَّهُ إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ) سورة الأنفال/٢٤-٢٥.

وصدق الله العظيم

إبراهيم النعمة

---

(١) الإيمان والحياة، ص٧٦.

(٢) الإيمان والحياة، ص٧٦.

المحتوى